



SPF Seniorerna Karlapan

www.spfseniorerna.se/karlaplan

Besök gärna vår hemsida för senaste information.

**PROGRAM
Hösten 2018**

Våra månadsmöten äger rum

**i Historiska Museet på Narvavägen
tisdagar, kl. 13.00.**

Mötesavgift 120 kronor (smörgås och kaffe ingår).

Årsavgift 270 kronor

VÄLKOMMEN TILL VÅRA MÅNADSMÖTEN, STUDIEBESÖK OCH ÖVRIGA AKTIVITETER

Anmälan på e-post, telefon eller sms till

Lillebil Björkman lillebullan@gmail.com
070-884 87 80

Birgitta Agazzi birgitta.agazzi@gmail.com
073-037 39 91

Vi uppskattar om du har jämna pengar till våra
aktiviteter. Har du anmält dig och fått förhinder,
lämna återbud i tid!

28 augusti Tisdag 13.00

Månadsmöte

”Livets årsringar”

Barbro Westerholm reflekterar.

Anmälan senast 23 augusti.

13 september Torsdag 13.45

Studiebesök

Rundvandring på **Riddarholmen.**

med Stockholmsguiden **Marie Andersson.**

Samling vid Birger Jarls staty.

Kostnad 100 kr.

Bindande anmälan senast 10 september.

18 september Tisdag 13.00

Månadsmöte

”Den finska idén. Finland 100 år”.

Förre ambassadören i Helsingfors,

Mats Bergquist berättar om vårt östra

grannland, som just firat 100-årsjubileum.

Anmälan senast 13 september.

25 september Tisdag 13.00

Frågesport, aktivitet för hjärnan.

Vi tävlar i lag, dricker kaffe och har roligt.

Valhallavägen 148, rum 1. Kostnad 50 kronor.

Bindande anmälan senast 21 september till

Birgitta Agazzi, birgitta.agazzi@gmail.com,

073-037 39 91, helst sms.

2 oktober Tisdag 19.00

Gemensamt möte med Östermalmsföreningarna.

”I min trädgård vill jag vara Karin”.

Elisabeth Svalin Gunnarsson om Karin Larsson i

hennes trädgård i Lilla Hyttnäs. Kostnad 140 kronor

inkl. laxsnitt och ett glas vin. **Bindande anmälan**

senast 25 sept. OBS! Fredrikshovsgatan 8.

9 oktober Tisdag 15.00-17.00

Cafe Opera.

Stockholmsdistriktet bjuder in till underhållning

och vin. Kostnad 100 kronor. **Ingen anmälan.**

16 oktober Tisdag 13.00

Månadsmöte

Svante Weyler, årlig återkommande höstfavorit.

Anmälan senast 11 oktober.

25 oktober Torsdag 13.45

Studiebesök

Guidad visning av **Bååtska Palatset**,

Svenska Frimurareordens stamhus. Byggnaden stod

klar 1668 och ritades av Nicodemus Tessin d.ä.

Blasieholmsgatan 6. Kostnad 100 kronor.

Bindande anmälan senast 22 oktober.

6 november **Tisdag 13.00**
Musikfrågesport under ledning av Eva Malmros och Jurgen Wahlberg. Valhallavägen 148, rum 1.
Kostnad 50 kr. **Bindande anmälan senast 2 nov**
till Birgitta Agazzi, birgitta.agazzi@gmail.com,
073-037 39 91, helst sms.

14 november **Onsdag 15.15**
Studiebesök
Guidad rundvandring på **Dramaten**.
Samling Stora scenens foajé. Kostnad 50 kr.
Bindande anmälan senast 12 november.

19 november **Måndag 10.00 – 17.00**
Stockholmsdistriktet bjuder in till heldag på
Intiman med föredrag och underhållning.
Mer information kommer i Distriktsbladet i augusti.

20 november **Tisdag 13.00**
Månadsmöte
”30 år med Bergman”.
Katinka Farago, scripta och producent berättar.
Anmälan senast 15 november.

6 december **Torsdag 12.45**
Studiebesök
”Jul på Hallwylska” .
Hallwylska museet, Hamngatan 4.
Kostnad 150 kronor.
Bindande anmälan senast 3 december.

11 december Tisdag 13.00

Månadsmöte

”60-talets musikrevolution”

Henrik Salander spelar, sjunger och berättar.

Anmälan senast 6 december.

**Vårt första månadsmöte i vår äger rum
tisdagen 15 januari 2019 på Historiska Museet.**

**Vi tar gärna emot tips och synpunkter på
programinnehåll.**

ÖVRIGA AKTIVITETER

Vi samarbetar med **Studieförbundet Vuxenskolan**.

Se separat program och hemsidan.

RESOR se separat program och hemsidan.

PENSIONÄRSRÅDET (SPR)

Margareta Thörnblom 073-741 64 35

Jan Mårdh 073-951 10 65

FÖRENINGENS STÖDPERSON

Stödperson för hjälp vid kontakter inom
äldreomsorgen.

Margareta Thörnblom 073-741 64 35

VÄNTJÄNST

Kontakt med gamla och ensamma.

Vi gör en insats! Är du intresserad, ring

Kaisa Nord 08-783 67 65

SYN- OCH HÖRSELOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Yvonne Wendt 08-755 21 31

Hörsellinjen www.horsellinjen.se.

TRAFIKSÄKERHETSOMBUD

(gemensam för Östermalmsföreningarna)

Viveka Friberger 070-826 42 65

PROMENADER/STAVGÅNG (ca 1 timme)

Tisdagar 10.00, från 18 september, Östra Station.

Torsdagar 10.00, från 20 september, Djurgårdsbron.

Ingegerd Wernersson, 070-736 57 00

VANDRINGAR med Hedvig Eleonora Seniorerna.

Samling vid Flygarmonumentet på Karlaplan.

Ta med matsäck och dryck. Åter ca 15.00.

Ledare: Lillemor Lindberg 08-660 94 18

Pian Sköld 08-660 60 51

Onsdag 19 september, 09.50.

Rönningesjön (Täby).

Onsdag 10 oktober, 09.50.

Kungsholmen runt.

MOTIONSGYMNASTIK

för seniorer, även herrar.

Torsdagar 09.00 – 10.00

6 september – 13 december.

Garnisonen, Karlavägen 100.

Ledare: Lilian Roslund 076-599 44 55

Kostnad 500 kronor.

DATASUPPORT, digitala första hjälpen.

Ej klart vid tryck. Ring biblioteket för besked.

Östermalms bibliotek, Valhallavägen 146, 1 tr.

08-508 307 30.

ADVOKATJOURN

Måndagar, jämna veckor 17.00 – 19.00

Kostnadsfri rådgivning under max 15 minuter. Ring och boka 08-508 307 30 från kl 10.00 aktuell dag.

Östermalms bibliotek, Valhallavägen 146, 1tr.

MINGEL

Torsdagar 15.00

Scandic Park, Karlavägen 43.

Förmånligt pris.

MINGEL

Tisdagar 16.00

Clarion Hotel Tapto, Jungfrugatan 57.

Förmånligt pris.

PUB-TRÄFFAR

Onsdagar 15.00

The Londoner, Karlavägen 52-54.

12 september, 24 oktober, 21 november,

12 december. Förmånligt pris.

DANSTRÄFFEN

Fredagar 13.00 – 16.00

7 september – 14 december.

Dansträffen ordnar eftermiddagsdans
i Fältöversten, ingång Valhallavägen 148,
vid busshållplatsen ”Värtavägen”.

Levande musik, se Karlaplan's hemsida.

Kaffe/te och bröd ingår i priset. Kostnad 100 kr.

Annika Strandell 070-523 94 14

TÄVLINGSBRIDGE

Tisdagar (obs ändrad veckodag) 10.15

Fasta par. Från 4 september. Platser lediga.

Östermalms Föreningsråd, Valhallavägen 148.

Anmälan till

Leif Persson 070-517 50 99

RABATTER OCH AVTAL

Lokalt på Östermalm har vi ett antal attraktiva
rabatter. Vi har också ett antal erbjudanden, som
förmedlas genom såväl SPF-Distriktet som SPF-
Förbundet. Se hemsidan

www.spfseniorerna.se/karlaplan.

STYRELSEN SPF SENIORERNA KARLAPLAN

Ordförande

Inger Öhman 070-231 16 92
inger.oehman@anates.se

Vice ordförande och Medlemsansvarig

Anders Rickardsson 073-619 83 51
anders.rickardsson@comhem.se

Styrelsesekreterare och Rabatter

Elisabeth Starby 070-884 81 35
lisastarby@gmail.com

Kassör

Margareta Östlind 070-831 01 89
margareta.ostlind@gmail.com

Program och Vuxenskolan

Lillebil Björkman 070-884 87 80
lillebullan@gmail.com

Hemsida, Frågesport och Program

Birgitta Agazzi 073-037 39 91
birgitta.agazzi@gmail.com

Rabatter

Birgitta Hagström 070-292 57 47
birgitta@hagstrommgmt.com

VALBEREDNING

Kerstin Danielsson
kerran.danielsson@gmail.com 070-884 78 02
sammankallande

Hans Lindberg 073-022 14 62
hans.r.lindberg@gmail.com